

“ Nutrición y Consciencia ”
Charla-Coloquio, por Angel Baña
(Investigador autodidacta de la Naturaleza Humana)

0) Los Virus, la Mala suerte, las Circunstancias, las Emociones (muy consideradas recientemente), etc., no son la Causa de que enfermemos. Su razón está en el **desconocimiento que tenemos de nuestra Naturaleza Humana y lo inadecuado de nuestros hábitos** (nutricionales y de todo orden), que desequilibran y degradando nuestro Organismo físico-mental.

El Cuerpo es la Estructura de Conciencia creada por nuestro Ser para el desarrollo de la Consciencia de lo que Somos y de lo que la propia Vida es. Es por esto que las formas corporales y de su Anatomía y Fisiología interna vienen a expresar las características de nuestra Personalidad, es decir, las posibilidades de intervención de nuestras capacidades desarrolladas.

1) **Nuestras tendencias Nutricionales no son aleatorias o fortuitas en cada persona**. Guardan estrecha relación con nuestros modos de ser. La bioquímica predominante de cada alimento viene a fortalecer o debilitar reacciones orgánicas muy concretas, así como a las Vísceras y Sistemas que intervienen en ellas. Por esta razón, nuestro Subconsciente nos conduce a ingerir de aquello que va a posibilitar dar vida a la Personalidad cuya inercia impera en cada cual. Y es así que, aunque suele decirse que "Somos en función de lo que comemos", la cosa es aún más profunda, pues "**Comemos según somos**".

Por este motivo ocurre que si desde la Conciencia nos proponemos un plan de "cambio", si no se acompaña éste con la "actitud de vida" que regenta en nuestro Subconsciente, éste nos llevará a ingerir de aquello que, sin saberlo la Conciencia, neutralizará las pretensiones de ésta, causa por la que los planes de cambio que comienzan bien, terminan fallando al poco tiempo. Sólo un verdadero cambio de Actitud de vida, dará eficacia a lo que pretendamos en el Cuerpo.

Muchas personas tienden a justificar su comportamiento nutricional diciendo que "nuestro Organismo es sabio", y que nos lleva a comer de "lo que necesitamos". Esto es bien cierto, pero hay un problema en la interpretación de "lo que necesitamos", pues no está enfocado a "lo que necesitamos para nuestra Salud y equilibrio orgánico", sino para ... "lo que necesitamos para seguir siendo como nos empeñamos en ser" en la personalidad que mostramos.

Somos lo que Comemos, pero ... ¡ Comemos según Somos !
El Subconsciente nos dirige ...
... viciado por nuestros modos de ser.

**Alimentamos "actitudes",
no el Cuerpo,
y el cuerpo reflejará
cómo Somos**

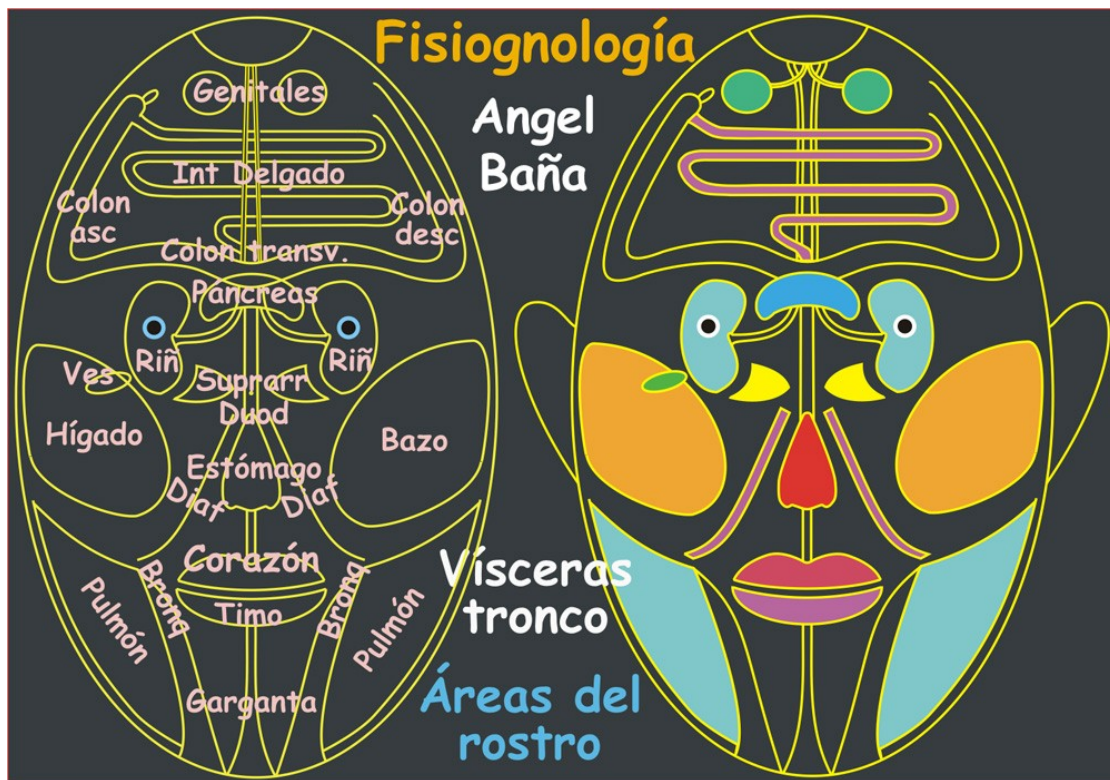


Depresión Tristeza
Obsesión Enfermedad

Entusiasmo Optimismo
Salud Vitalidad A.B.

Angel Baña enero 2017
www.lanuevamedicina.es

2) Otro punto importante es que "**no se trata de Comer de Todo, sino de acuerdo a la Capacidad Metabólica de nuestras Vísceras**". La **Fisiognología** nos orienta sobre la cualidad funcional de cada una de nuestras Vísceras corporales.

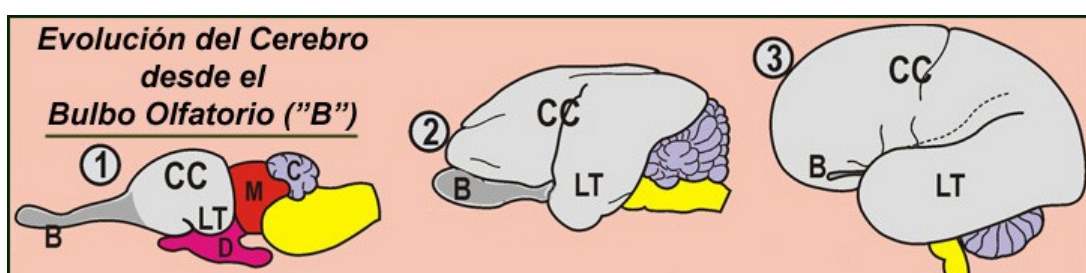


Considerando la importancia del papel que en la Nutrición juega la capacidad metabólica de cada una de nuestras Visceras, el criterio nutricional en función de "las Calorías", queda muy en entredicho, pues no va a depender de lo que comamos, sino del "aprovechamiento" que cada cual puede sacar a lo que ingiere.

¿Controlar las Calorías de lo que comemos?
Un criterio fuera de sentido común.
 Según sea tu condición digestiva, así será lo que te aporte cada alimento, pero no por lo que ellos contengan.
Si tu Estómago o tu Hígado no lo metabolizan bien, muchos serán sus desechos y poco lo que se asimile.
Consulta la Fisiognología
 Angel Baña enero 2017
www.lanuevamedicina.es

Todo nuestro Organismo se muestra tanto en el Cerebro, como en la forma estructural del Rostro, de los Iris, de los Pies, y otros elementos corporales. El Cerebro "lo coordina"; las Zonas reflejas "lo muestran".

3) La Nutrición más esencial no nos llega a través de los Alimentos que ingerimos por vía Digestiva, de los que podemos privarnos en ocasiones algún tiempo. En el Aire que Respiramos está la principal fuente de Nutrición de nuestra entidad física, sensorial y mental.



El Bulbo Olfatorio dio lugar al Córtez cerebral. Para que éste esté activo es necesario la intervención de las células sensoriales olfatorias.

Los modos en que Respiramos condiciona nuestra capacidad y circunstancia Corporal, Emocional y Cerebral.

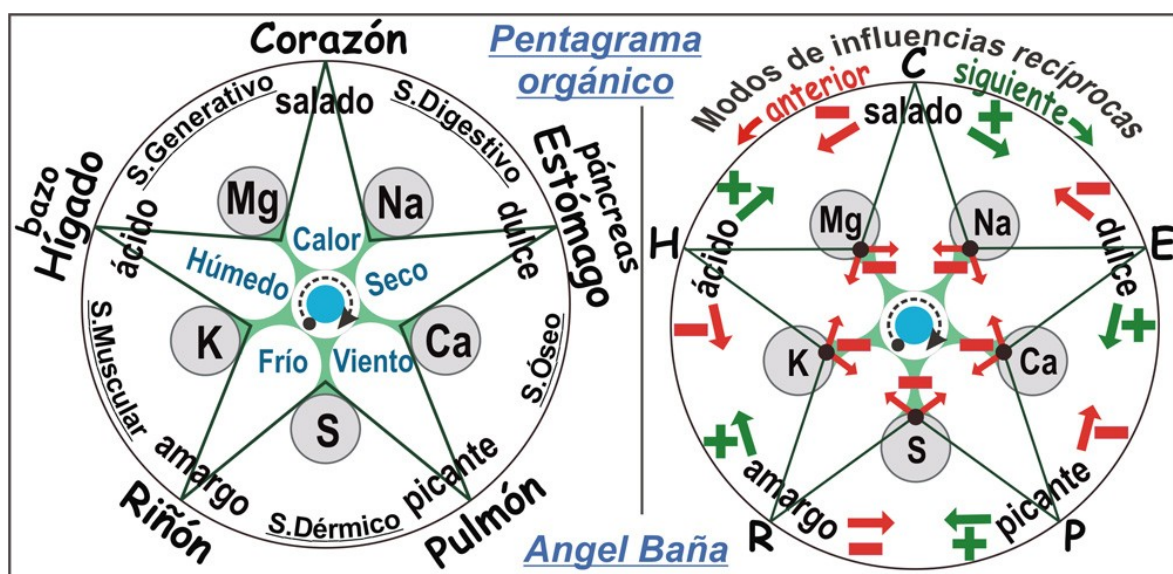
Por vía Digestiva nutrimos el Cuerpo, y por vía Respiratoria nutrimos la ConSciencia (siempre que sea respiración completa "nasal"). A mayor intensidad de la segunda, menor necesidad de la primera, pues en cierto modo son antagónicas. El Nitrógeno abundante en nuestra atmósfera terrestre es esencial para poder nutrir la Consciencia, fin primero de la vida encarnada, por lo que un exceso de nutrición hacia el cuerpo mermamos las posibilidades de reforzar la nutrición de la Consciencia. Por esta razón, el desarrollo de la Consciencia es inversamente proporcional a la capacidad de digestión gástrica (donde tiene lugar la digestión proteínica).

Los alimentos "nitrogenados" (las proteínas) son contrarios a la asimilación del nitrógeno aéreo. Dejo aquí expresado que la Soja no resulta un alimento oportuno, por cuanto sus altas producciones a nivel mundial son debidas a un proceso de aplicación de potente inoculante microbiano que refuerza su contenido proteínico, razón por la cual posee además efectos no convenientes para la Salud.

Respiremos serena y profundamente para poder ser... Seres Conscientes.

Los miembros de una Pareja humana pueden con facilidad polarizarse cada uno en una de esas opciones, entorpeciendo así las posibilidades de su comunicación, por dificultad de situarse o comprender al otro. ¿Es tu caso?

4) Tal como dije anteriormente acerca de que la Bioquímica predominante en cada uno de los Alimentos que ingerimos estimula o nutre la función de algunas Vísceras corporales, así como debilita o inhibe la de otras, ningún alimento o sustancia resulta Bueno o Malo por sí mismo, sino en función del organismo al que abastecemos. Es decir, que así como un mismo alimento o sustancia puede aportar más equilibrio en la Salud de una persona, ese mismo alimento o sustancia puede mermar la de otra.



La imagen del "Pentagrama Orgánico" muestra cómo los Minerales y la cualidad de los alimentos y sustancias afectan a los Sistemas y Órganos que se citan.

Figura izquierda: Minerales necesarios para los Órganos y Sistema entre los que se encuentran. Los "sabores" indicados en cada vértice son negativos para el Sistema enfrentado a 180° (por ejemplo, lo Ácido para el Sistema Óseo, o lo Salado para la Piel).

Figura derecha: Sustancias no oportunas para los Órganos que señalan en sentido "anti horario" (por ejemplo lo Salado para el Hígado). Y positivas para los que señalan en sentido "horario" (por ejemplo lo Salado para el Estómago). Las Flechas de los Minerales señalan los Órganos a los que estos afectan negativamente (por ejemplo el Sodio -Na- para el Hígado y los Pulmones).

5) Considerando lo anteriormente expuesto, podremos comprender de mejor manera lo que Hipócrates quiso decir con: "Que tu medicina sea tu Alimento, y el Alimento tu medicina", e igualmente **"Tus fuerzas naturales, las que están dentro de ti, serán las que curarán tus enfermedades"**. Pues si conocemos el contenido bioquímico predominante de los diferentes Alimentos y cómo afecta a cada Sistema y Viscera de un Organismo específico, no precisaríamos de químicas inorgánicas en las deficiencias funcionales del Ser.

6) Comencemos el día nutriéndonos oportunamente para no necesitar estimulantes adictivos que terminan minando nuestras capacidades físicas y cerebrales, como por ejemplo algunas piezas de fruta. Existen alimentos de consumo ordinario que no estimulan precisamente la vitalidad, sino que entorpecen la actividad respiratoria necesaria para la recarga de energía vital; suelen ser los aceites, que además densifican los fluidos vitales por donde discurre la Consciencia.

Luz, Aire fresco, y Desperezarnos (para tomar conciencia de todo nuestro cuerpo donde se hace expresivo el Ser que somos).

Y terminemos el día con la Mente relajada para posibilitar la recarga energética de la Consciencia que nutre todas las funciones vitales. Sin una desconexión plena y relajada de la Consciencia, el anabolismo de lo ingerido y de la experiencia vivida durante el día, no podrá efectuarse debidamente.

7) Y como punto final, sepamos que somos una Unidad integral, y que aquello que de nuestra estructura Corporal no atendemos de manera oportuna, afectará a las posibilidades de nuestra Personalidad, pues tiene su representación en áreas cerebrales.

Angel Baña (26 junio 2017)